

# “36斤活羊烤完只剩6.9斤” 烤全羊真实出肉率是多少？真相来了

最近,重庆一则“36斤活羊烤成全羊仅余6.9斤”的消息,让不少爱吃烤全羊的朋友心里犯了嘀咕:这出肉率也太低了,是不是商家缺斤短两、玩了猫腻?一只活羊做成纯烤全羊,合理的出肉率到底是多少?

带着大家关心的问题,记者专访了浙江省农科院草饲动物专家蒋永清,也走访了省内大型肉羊屠宰厂、湖羊养殖场、烤全羊主题餐厅,以及杭州肉类交易市场,结合一手实测数据和行业专业解读,把烤全羊从活羊到成品全流程重量损耗规律讲清楚,解开大家对出肉率的认知误区。



▲浙江湖羊。

人吴先生表示。

烹饪方式,则是影响熟肉率的最后一道关键关卡。

参照实验数据,蒋永清对记者说:“羊肉水煮后的熟肉率约为原活重的30%,而炭火烤制因持续高温,水分和少量脂肪会不断流失,熟肉率仅20%~25%;如果炭火过旺、烤制时间过长,水分流失会更多,出肉率还会再降低。”

## 节后肉价回落, 烤羊用羊按只计价有讲究

春节过后,随着屠宰厂产能全面恢复,羊肉市场价格迎来了明显回落,记者从杭州五和肉类交易市场了解到,当前湖羊肉、山羊肉批发价在29~30元/斤,较年前下降约3元/斤,市价回归平稳。

不过,大家在市场上买到的屠宰后的羊肉,和烤全羊所用的羊肉,规格可是大不相同。

市场商户介绍,目前市场流通的都是大规格成品羊肉:屠宰好的湖羊肉单头规格通常五六十斤,屠宰好的山羊肉单头规格一般三四十斤,这类大规格羊肉主要供应餐饮端做红烧、焖煮,也适合家庭日常食用,肉质和口感更适配这些烹饪方式。而烤全羊所用的小月龄湖羊,属于定制化需求,一般由餐饮商家直接从养殖场或屠宰厂定点采购,并不是市场上的常规流通品类,其采购价也会根据羔羊的品质略有浮动。

不少消费者关心,烤全羊的出肉率低,会不会影响餐饮端的定价?记者了解到,浙江的烤全羊餐饮端,大多采用“活羊现杀现烤、按只计价”的模式,烤全羊餐厅负责人吴先生以36斤湖羊炭火人工烤制4小时为例,给大家算了一笔清晰的成本账:36斤活羊采购价约500元(按13.5元/斤毛重计算)+炭火损耗80元/只+人工调料等费用200元,总成本约780元,市场常规售价1118元,属于行业合理定价。

当然,烤全羊市场也存在明显的分层,除了现杀现烤的优质湖羊外,市场上还有300~400元/只的低价冻羊、淘汰瘦羊,这类产品的出肉率较低,口感也相对偏差,消费者可以根据自己的需求选择。

其实,烤全羊从活羊到成品的重量折损,是自然规律和工艺特点决定的正常现象,了解了这些专业知识,再去吃烤全羊,就能吃得明白、吃得放心了。

图文据潮新闻、钱江晚报

## 36斤湖羊实测 烤后合理重量有答案

“从活羊到烤全羊,并非一步到位的重量折损,而是要经历活重→宰杀胴体重→烤后熟肉重二级损耗,计算羊肉出肉率,国标有着严格的测定规范。”浙江省农科院草饲动物专家蒋永清解释说,按照畜禽屠宰国家标准,活羊宰前必须禁食24小时、禁水2小时,待基本排空消化道内的饲料和水分后再称重,这个重量才是计算出肉率的科学基准。

作为浙江杭嘉湖平原本土品种,湖羊早已是全国肉羊产业的核心品种,更是烤全羊的首选。

据省畜牧部门介绍,浙江湖羊如今已实现全国30多个省市地区的引种覆盖,内蒙古、新疆、西藏等牧区都有大规模引种,现在全国新育成肉用绵羊基本带有浙江湖羊的基因。浙江能做到全国引种,核心在于湖羊的三大优势:多羔繁殖,养殖效益更高;适合舍养无需放养,能减少草原放牧带来的荒漠化问题,契合生态养殖;环境适应性极强,南北各地都能规模化养殖。

为了拿到浙江本地湖羊最直观的输出率数据,记者联系到湖州年屠宰量超10万头的肉羊屠宰厂,负责人毛先生昨天连夜从附近养殖场调来一只约36斤、刚吃饱未禁食2个多月的湖羊做了个屠宰小实验。根据实测数据,这只36斤湖羊按标准屠宰后,胴体重达到14.5斤,屠宰折率约40.3%。

“湖羊的标准屠宰率本就约40%~50%,一般100斤重大羊的屠宰率能达到50%,30~40斤重小羊的屠宰率只有40%。”毛先生还特别提醒消费者:不建议直接购买活羊,更推荐选购正规屠宰后的羊肉产品。正规屠宰厂的每一只羊,屠宰后都会挂有专属检疫标识,品质和卫生安



▲用小月龄湖羊烹任的烤全羊。

▶屠宰后的羊肉正在市场交易。



全有专业保障;而普通消费者买活羊,既无法判断羊只的健康状况,也缺乏专业的屠宰处理能力,存在食品安全和操作安全的双重隐患。

## 四大核心因素 决定烤全羊最终出肉率

很多人疑惑,从活羊到烤全羊,重量为啥能折损七八成?其实,羊肉在各环节的损耗都有规律,品种、月龄、屠宰规范、烹饪工艺四大因素,直接决定了烤全羊的最终出肉率。

一般来说,市场售羊肉带皮的是山羊,不带皮的是湖羊,也就是绵羊。由于山羊肉比较瘦,做烤全羊时出肉率更低,一般都是用小月龄的湖羊,也就是绵羊烹任的。蒋永清说:“烤全羊对湖羊的月龄有严格要求,业内公认60天左右(15~17公斤)的湖羊羔羊是最佳选择。蒋永清解释,这个月龄的湖羊膻味最轻、肉质最嫩,烤后香嫩不柴;若超过8月龄,肌纤维变

粗,不易烤透,口感也会变差。”

浙江一湖羊原种场负责人胡先生对记者说:“一般我们出栏的10~12月龄的百斤重湖羊,一天要吃掉五六斤的饲料,水是自由采食的。两到三个月的用来做烤全羊的湖羊,一般一天采食量在一到两斤饲料,而这些食物的分量,在屠宰场屠宰前的禁食环节基本能消耗掉。”

“活羊屠宰前12~24小时的断食是关键,能避免活重虚增,这是计算真实出肉率的前提,像百斤重的优质育肥湖羊的屠宰率可达48%~50%,30~40斤小羊屠宰率约40%。”毛先生说,省内规模化屠宰厂都会严格执行这一标准。

“餐饮做烤全羊时,基本用30~40斤的小规格湖羊羔羊。”省内一家主打新鲜屠宰湖羊的烤全羊主题餐厅给出了具体折损数据:以36斤活羊为例,宰杀胴体重14.5斤,经炭烤后会进一步减重至7.2~9.0斤。“这都是湖羊的生物学特性决定的,完全是正常损耗,并非人为原因。”餐厅负责

<p><b>百业信息</b></p> <p><b>声明</b></p> <p>◆李德春铁岭县凡河镇大莲花村房屋所有权证村房字第138号面积91.9平方米,声明作废。</p> <p><b>拍卖公告</b></p> <p>辽宁嗣佳拍卖有限公司受委托,定于2026年3月7日上午10时,对奥迪牌丰田牌大众牌汽车3台按现状整体拍卖,拍卖地点:辽宁省沈阳市浑南区营盘北街3号七星公馆410室,拍卖标的展示时间、地点以及参与竞买应当办理的手续;请详询,刘女士:18126168595</p>	<p>◆沈阳扶微人才中介服务有限公司公告210105000007140法人章210105000007144 财务章210105000007141 丢失作废。</p> <p>◆沈阳市金粉适家不动产服务有限公司公告210106001240580 财务章210106001240581 法人章210106001240584 丢失,声明作废。</p>	<p>◆沈阳市大东区馨全美全屋定制家具经营部(个体工商户)公章210104001104657 丢失,声明作废。</p> <p>◆沈阳通宇聚源不锈钢有限公司财务章2101040069382 法人章2101040069383 丢失,声明作废。</p> <p>◆沈阳市盛世土石方工程有限公司公章(编码210122000037886)丢失,声明作废。</p>	<p>◆海城市贝佳幼儿园学前教育机构开办许可证副本(证号:教幼字2006004号)丢失,特此声明。</p> <p>◆吉庆号遗失沈抚养生谷75#2-502 购房收据,收据号SF100019 金额119247元,收据号SF4014228 金额139247元,收据号SF9799421 金额185663元。现声明作废。</p>	<p>◆沈阳市宇博实业有限公司公章210102000015437、财务专用章210102000015438、法人章孙达210102000015439,丢失声明作废。</p> <p>◆沈阳源鑫顺达厨具有限公司公章210102000086952、财务专用章210102000086954、法人章孙达210102000086956,丢失声明作废。</p>	<p>◆沈阳腾达金属铝塑门窗有限公司公章210113000058824,财务章210113000058825、发票章210113000058826,合同章210113000058827,法人章汤九秀210113000058828 丢失作废。</p> <p>◆陈俊豪士兵证证件号:兵字第202412327572号该证件号已失效丢失,声明作废。</p>	<p>◆辽宁鑫鑫五金建材有限公司公章210114001029098 财务专用章210114001029099 法人(纪冬梅)章210114001029102 合同专用章210114001029101 发票专用章210114001029100 丢失,声明作废。</p> <p>◆权江涛,遗失米兰颂一期70-9号2-8-1,购房发票号码47800864,备案合同号:E2005112187,声明作废。</p>	<p><b>注销公告</b></p> <p>辽宁同方(大连自贸区)律师事务所(统一社会信用代码:31210000MD03427455),经单位负责人研究决定注销,请各债权人自登报之日起45日内来本单位申报债权。</p> <p>地址:保税区西环路22号市场大厦4003-1号</p> <p>联系人:范先生 电话:18842623359</p>
---	---	---	--	--	--	--	--